



# Spröde Hände ade!

*Es bleibt nicht aus: Gartenarbeit, Frühjahrsputz und Kälte strapazieren die Hände. Gegen trockene, spröde Haut hilft eine gute Creme!*

**W**ir zeigen Schritt für Schritt, wie Sie eine pflegende Handcreme mit wenigen natürlichen Zutaten selbst herstellen können – ganz einfach und nachhaltig. So bleiben Ihre Hände auch bei häufigem Händewaschen wunderbar geschmeidig.

## Sie brauchen:

- 1 gehäuften EL Sheabutter
- 1 gehäuften EL Kakaobutter
- 1 EL pflegendes Öl (z.B. Jojobaöl)
- 1 kleines Schraubglas oder Cremetiegel
- 10 Tropfen ätherisches Öl nach Belieben
- 1 kleinen Topf und ein Gefäß zum Schmelzen



## Und so geht's:

Sheabutter und Kakaobutter in einem Wasserbad erhitzen und vermischen. Die Mischung aus dem Wasserbad nehmen und das pflegende Öl einrühren. Wer mag, gibt noch ein paar Tropfen ätherisches Öl hinzu. Creme in ein Schraubglas füllen und abkühlen lassen. Die Creme am besten nach dem Händewaschen auf der feuchten Haut verteilen, dann ziehen die pflegenden Fette gut in die Haut ein.

## Variante:

Um eine weitere Variante herzustellen, kann man zusätzlich noch zwei Teelöffel Honig untermischen.



## Unser Tipp:

*Bewahren Sie Ihre selbst gemachte Creme am besten im Kühlschrank auf. Dort hält sie sich länger als bei Zimmertemperatur.*